



وحدة النشر العلمي

بحوث

مجلة علمية محكمة

العلوم الإنسانية والاجتماعية

المجلد 2 العدد التاسع - سبتمبر 2022

ISSN 2735-4822 (Online) \ ISSN 2735-4814 (print)

مجلة "بحوث" دورية علمية محكمة، تصدر عن كلية البنات للآداب والعلوم والتربية بجامعة عين شمس حيث تعنى بنشر الإنتاج العلمي المتميز للباحثين.

مجالات النشر: اللغات وآدابها (اللغة العربية – اللغة الإنجليزية – اللغة الفرنسية-اللغة الألمانية-اللغات الشرقية) العلوم الاجتماعية والإنسانية (علم الاجتماع – علم النفس – الفلسفة – التاريخ – الجغرافيا).

العلوم التربوية (أصول التربية – المناهج وطرق التدريس- علم النفس التعليمي – تكنولوجيا التعليم – تربية الطفل) التواصل عبر الإيميل الرسمي للمجلة:

buhuth.journals@women.asu.edu.eg

يتم استقبال الأبحاث الجديدة عبر الموقع الإلكتروني للمجلة:
[/https://buhuth.journals.ekb.eg](https://buhuth.journals.ekb.eg)

❖ حصول المجلة على 7 درجات (أعلى درجة في تقييم المجلس الأعلى للجامعات قطاع الدراسات التربوية).

❖ حصول المجلة على 7 درجات (أعلى درجة في تقييم المجلس الأعلى للجامعات قطاع الدراسات الأدبية).

تم فهرسة المجلة وتصنيفها في:
دار المنظومة – شعبة



رئيس التحرير
أ.د/ **أميرة أحمد يوسف**
أستاذ النحو والصرف-قسم اللغة العربية
عميد كلية البنات للآداب والعلوم والتربية
جامعة عين شمس

نائب رئيس التحرير
أ.د/ **حنان محمد الشاعر**
أستاذ تكنولوجيا التعليم-قسم تكنولوجيا التعليم والمعلومات
وكيل كلية البنات للدراسات العليا والبحوث
جامعة عين شمس

مدير التحرير
د. **أسماء كمال عبد الوهاب عابدين**
مدرس علم النفس
كلية البنات جامعة عين شمس

مسئول الرفع الإلكتروني:
م.م/ **نجوى عزام أحمد فهمي**

مدرس مساعد تكنولوجيا التعليم
سكرتارية التحرير:

م.م/ **علياء حجازي**

مدرس مساعد علم الاجتماع

مسئول التنسيق:

م/ **دعاء فرج غريب عبد الباقي**
معيدة تكنولوجيا التعليم



العلاقة بين بصمة القوى وطيب الحياة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية

أسماء مصطفى حسن عبدالله

باحثة ماجستير - قسم علم النفس

كلية البنات، جامعة عين شمس، مصر

missasmaa281@gmail.com

أ.م.د. نشوة عبد المنعم عبدالله

أستاذ علم النفس التربوي المساعد - قسم علم النفس

كلية البنات، جامعة عين شمس، مصر

Nashwa.abdelmonem@women.asu.edu.eg

أ.د: صفاء يوسف الأعسر

أستاذ علم النفس، قسم علم النفس

كلية البنات، جامعة عين شمس، مصر

د. رباب عبد المنعم سيف

مدرس علم النفس - قسم علم النفس

كلية البنات، جامعة عين شمس، مصر

Rabab.seif@women.asu.edu.eg

المستخلص:

العلاقة بين بصمة القوى وطيب الحياة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية

هدف البحث الحالي إلى دراسة العلاقة بين بصمة القوى وطيب الحياة النفسية لتلاميذ المرحلة الإعدادية، حيث أننا جميعاً نمتلك القوى ولكن لا نجد إستخدامها، لعدم معرفتنا لنقاط قوتنا، وإذا ما تم توعية التلاميذ بالقوى الخاصة بهم، وتعريفهم بكيفية توظيفها، سيؤدي ذلك للوصول لطيب الحياة النفسية. استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي، تكونت عينة البحث من 150 تلميذ من تلاميذ المرحلة الإعدادية تتراوح أعمارهم من 13: 14 عام بمتوسط عمري قدره (12.68) وانحراف معياري بلغ (0.53) استخدمت الباحثة الأدوات التالية: مقياس بصمة القوى، إعداد: صفاء الأعسر (2019)، مقياس طيب الحياة النفسية ترجمة: صفاء الأعسر (2004)، تعديل الباحثة. توصلت النتائج إلى: اختلاف البروفيل النفسي لعينة البحث على أبعاد مقياسي البحث، وجود ارتباط دال عند مستوى (0.1) بين قوى (الحكمة والمعرفة، الشجاعة، الحب والانسانية، العدالة، الاعتدال، التسامي) وبين جميع أبعاد طيب الحياة النفسية (تقبل الذات، الهدف من الحياة، النمو الشخصي، التحكم البيئي، العلاقة الايجابية مع الاخرين، الاستقلال). هناك ارتباط دال احصائياً عند مستوى (0.01) بين الدرجة الكلية لمقياس بصمة القوى والدرجة الكلية لمقياس طيب الحياة النفسية.

الكلمات المفتاحية: بصمة القوى — طيب الحياة — تلاميذ الإعدادية.

مقدمة

يمكن القول أن القرن الحادي والعشرين هو عصر علم النفس الإيجابي positive Psychology، حيث تعددت موضوعاته وتنوعت، ويرتكز إطار علم النفس الإيجابي في دراسة ثلاث أعمدة كبرى: (1) الخبرات الشخصية الإيجابية، وتتضمن السعادة، البهجة، الإنجاز، (2) السمات الشخصية الإيجابية، وتشمل القوى الأخلاقية، المواهب، الاهتمامات، القيم، (3) المؤسسات الإيجابية وتشمل الأسرة، المدرسة، العمل، المجتمع (الأعسر، صفاء، 2018). علم النفس الإيجابي يركز على القوى الإنسانية الإيجابية دون إغفال للضعف والقصور، وعلى نقاط القوى الفردية والجماعية بدلاً من التركيز على الضعف وعلى الخبرات الإيجابية بدلاً من المشكلات. وقد اتسع تركيز علم النفس الإيجابي ليطبق في التعليم، وكانت هناك محاولات في إطار التربية لتطبيق القوى والاحتفاء بها داخل الفصل المدرسي في المرحلة العمرية ما بين 10: 14 سنة كما في دراسة (Proctor et al, 2011). فهو علم يساهم في تطوير وتنمية أبنائنا من أجل بناءهم نفسياً وتحقيق الازدهار النفسي. إن الدراسات الهامة التي قام بها "مارتن سليجمان" في علم النفس الإيجابي عن القوى الإنسانية في كتابه "السعادة الحقيقية" أسفرت عن (6) فضائل هي (الحكمة – العدل – الاعتدال – الإنسانية – الشجاعة – التسامي)، وتتضمن هذه الفضائل أربعة وعشرون قوة، يتفاوت البشر في امتلاك هذه القوى، ومن هذه القوى الأربعة والعشرون نستخلص بصمة القوى Character Strengths الأعلى وزناً لدى الأفراد والجماعات والتي تؤثر مباشرة في نموهم وازدهارهم على المستويات الشخصية والاجتماعية (مارتن سليجمان، 2005). ويعمل البحث الراهن على معرفة العلاقة بين بصمة القوى وطيب الحياة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية " بهدف تدعيم وعي الطلاب في هذه المرحلة بالقوى المختلفة (24) ثم توعيتهم ببصمة القوى لديهم، ومن ثم إستخدامها في الأنشطة اليومية مما يؤدي إلى طيب الحياة النفسية Psychological Well-being (eudemonia) (الأعسر، صفاء، 2020). فالقوى الشخصية غالباً لا تكون واضحة في أذهان التلاميذ، ومن هنا كانت الحاجة إلى دراسة العلاقة بين بصمة القوى وطيب الحياة النفسية لدى التلاميذ بهدف العمل على تنمية الوعي بها وتوظيفها في الأنشطة اليومية؛ لأن مثل هذه القوى إذا ما نضجت ستكون سبباً وفاقياً ضد جوانب الضعف (سليجمان، مارتن، 2005)، فهذه القوى تعتبر من أهم العوامل التي تؤثر على التلاميذ بوصفها عوامل ترتبط بالجوانب المعرفية والوجدانية والسلوكية، وتنميتها يولد لديهم حالة من طيب الحياة النفسية لنصل في النهاية إلى تحقيق الأداء الوظيفي الأمثل، فنحن ننشد جيلاً من التلاميذ يتمتع بالصحة النفسية قادر على التفاعل السليم مع مواقف الحياة اليومية، فتنشئة جيل أكثر بكثير من مجرد إصلاح عيوبهم، بل إنها تدور حول تحديد وتعظيم جوانب قوتهم، ومساعدتهم على إيجاد السياق الذي يستطيعون فيه أن يمارسوا هذه القوى إلى أقصى حد ممكن من أجل بناء نفسي إيجابي لهؤلاء التلاميذ لئنشئ جيلاً قادراً على مواجهة التحديات المختلفة في الحياة ويكون بمثابة الثروة لمستقبل الوطن.

مشكلة البحث وأسئلته

تندرج مشكلة البحث الحالي تحت مظلة علم النفس الإيجابي، والذي يهتم بدراسة القوى الإنسانية دون إغفال لجوانب القصور والضعف، حيث تشير الدراسات العلمية أننا لا نجد استخدام ما لدينا من قوى بسبب عدم معرفتنا بكيفية توظيفها في حياتنا بما يحقق لنا النمو والازدهار، حيث أن للقوى أهمية خاصة

في المجال التربوي فهي مصادر رئيسية للخبرات والسلوك الإيجابي في السياق التعليمي والأكاديمي كما أنها تساعد الطلاب على تدعيم الجانب الوجداني وتحقيق طيب الحياة النفسية (Weber, et al 2012)، وبالتالي فإن معرفة وتحديد بصمة القوى المرتفعة المميزة لدى التلاميذ وحثهم على استخدامها في حياتهم لها أهمية نظرية وعملية وموضوع يستحق الدراسة (Park & Peterson, 2009) ومن هذه الحقيقة نبعت مشكلة البحث، حيث يتناول البحث متغيرين أساسيين هما (بصمة القوى وطيب الحياة النفسية) ومن هنا تحددت مشكلة البحث في الأسئلة التالية:

1. ما هي العلاقة بين البروفيل النفسي لمتغيري البحث (بصمة القوى – طيب الحياة النفسية) لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية؟
2. هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين بصمة القوى وطيب الحياة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية؟

أهداف البحث

- تحددت أهداف البحث فيما يلي
- الكشف عن العلاقة بين البروفيل النفسي لمتغيري البحث (بصمة القوى، طيب الحياة النفسية) لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية.
 - الكشف عن مدى الارتباط بين بصمة القوى وطيب الحياة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية.

أهمية البحث

الأهمية النظرية

- تبرز الأهمية النظرية للدراسة في لقاء الضوء على العلاقة بين بصمة القوى وطيب الحياة النفسية، وفتح المجال لمزيد من الدراسات والبحوث حول هذه المتغيرات.
- التأصيل النظري لموضوع بصمة القوى وطيب الحياة مدعماً بما توصلت إليه بعض الدراسات السابقة حول العلاقات المتبادلة بينهم خاصة أنه من الموضوعات التي لم يتطرق إليها كثير من الباحثين في حدود اطلاع الباحثة.

الأهمية التطبيقية

- يساعد البحث على فتح آفاق جديدة للباحثين الجدد المهتمين بمتغيرات البحث الحالي.
- يوجه المهتمين بالمؤسسات التعليمية لعقد الندوات والبرامج الإثرائية التي تدعم مفهوم بصمة القوى وأثره في تحسين طيب الحياة النفسية.
- يشكل البحث أساس لتقديم برامج تدريبية قائمة على بصمة القوى وتأثيرها على طيب الحياة النفسية لدى التلاميذ في المراحل التعليمية المختلفة.

مصطلحات البحث

بصمة القوى (قوى الشخصية) Character Strengths

تعرف بصمة القوى على أنها " المكونات النفسية (العمليات والآليات) التي تحدد الفضائل وهي تشكل مجموعة فرعية من سمات الشخصية التي نعلق عليها قيمنا الأخلاقية (Maria, A, 2017). وتتبنى الباحثة تعريف مارتن سليجمان لبصمة القوى حيث يعرفها على أنها الوسيلة التي ننجز من خلالها الفضائل في حياتنا اليومية ويُقاس في البحث الراهن بالدرجة التي يحصل عليها التلميذ على مقياس (VIA) المستخدم في البحث الحالي والذي تمثله الخمس قوى ذات الدرجة الأعلى التي يحصل عليها التلميذ على المقياس.

طيب الحياة النفسية Psychological Well-being

وصفت رايف (Ryff, C. & Keyes, C., 1995) طيب الحياة النفسية بأنه جهد لإتقان الذات وتحقيق إمكانات الفرد. وتتبنى الباحثة في هذه الدراسة تعريف (رايف) لطيب الحياة النفسية حيث عرفت "رايف" طيب الحياة النفسية بأنها: " التحديات المختلفة التي يصادفها الأفراد في عملية الارتقاء، وعلى هذا فإن الأفراد يحاولون التمسك بالاتجاهات الإيجابية حول أنفسهم بالرغم من وعيهم بقصورهم، والسعي لتنمية علاقات دافئة وموثقة، وتعديل بيئتهم لكي تلبي حاجاتهم الشخصية وتفضيلاتهم، والبحث عن اتخاذ القرار والقدرة على مجابهة الضغوط الاجتماعية، وإيجاد معنى في جهودهم وتحدياتهم، وتطوير إمكاناتهم من خلال النمو والانفتاح كأفراد" (Ryff, C.D. 1989)، لهذا اقترحت ريف نموذجاً متعدد الأبعاد لطيب الحياة النفسية يتميز بشكل أساسي بالسعي لتحقيق الأفراد لذواتهم من خلال قدراتهم ونموهم الشخصي، والذي يتكون من ستة أبعاد (قبول الذات، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين، والاستقلالية، وإتقان البيئة، والغرض في الحياة، والنمو الشخصي) (Maria, A, 2017). ويُقاس بالدرجة التي يحصل عليها التلميذ على مقياس طيب الحياة النفسية المستخدم في البحث الحالي.

الإطار النظري

يتناول الإطار النظري متغيرات البحث الأساسية والتي تتمثل في الآتي:

المحور الأول: بصمة القوى

أولاً. علم النفس الإيجابي وبصمة القوى

لقد كانت المهام الرئيسية لعلم النفس قبل الحرب العالمية الثانية في ثلاث جهات، تمثلت الجهة الأولى في علاج الأمراض العقلية والنفسية، والجهة الثانية جعل حياة أفراد المجتمع أكثر إنتاجاً، والجهة الثالثة محاولة التعرف على المواهب المميزة ورعايتها، ولكن بعد الحرب حدثت تغيرات عديدة، حيث وجهت أموالاً كثيرة لعلاج الأمراض النفسية التي خلفتها الحروب وبالتالي التركيز على كل ما هو سلبي ك معالجة الاكتئاب والقلق وإلى غير ذلك من الأمراض النفسية، وهذا أدى إلى تناسي كل ما هو إيجابي لدى الفرد وما يمكن للفرد تحقيقه باستغلال قدراته الإيجابية الكامنة بالرغم من ما هو سلبي لديه.

ولكن في الثمانينات والتسعينات، طرأت تغيرات وتحولات جديدة غيرت مجرى الدراسات السابقة وهي بداية دراسات تركز على الخصائص الإيجابية التي ليس لها علاقة بالمرض، أي التركيز على مكانم القوى في نفسية الإنسان كالسعادة، الطمأنينة، الأمل، الاستقرار النفسي، التقدير الاجتماعي والقناعة. وهذا ما يسمى بعلم النفس الإيجابي. وعلى الرغم من أن بداية التغيرات كانت في سنوات الثمانينات، إلا أن البداية الحقيقية لعلم النفس الإيجابي كانت على يد "مارتن سليجمان" رئيس الجمعية النفسية الأمريكية عام (1998)، فقد بدأ علم النفس الإيجابي كحركة تطورت من التفكير الإيجابي إلى علم النفس الإيجابي، حيث يرى أن علم النفس لا يجب أن يقتصر على دراسة المرض، الضعف والتلف فقط، وإنما يفترض أن يهتم أيضاً بدراسة مكانم القوى والفضائل الإنسانية، فالجانب المهم لعلم النفس الإيجابي هو دوره المزدوج، فمن جهة يحاول تقوية مكانم القوى التي تلعب دور وقائي لمن يعيش بحالة جيدة من التوافق النفسي، ومن جهة أخرى إنه يلعب دوراً مساعداً لمن يعاني من مشكلات توافقية من خلال تدعيم ميكانيزمات التوافق لديه، ومن هنا يظهر مفهوم بصمة القوى، فقد عرف "سليجمان" علم النفس الإيجابي بأنه دراسة القدرات و(القوى) والقيم التي تمكن الفرد ومحيطه الاجتماعي من التفتح، فهو إطار عام لدراسة الانفعالات الإيجابية، السمات الإيجابية والمؤسسات الناجحة" (لوبيز، شين، وسنايدر، س، 2018).

وبين كل من "Crystal" و"Park" أن العاملين بشكل عام يصفون علم النفس الإيجابي بأنه "دراسة كافة مكانم القوى لدى البشر، دراسة كل ما من شأنه وقاية البشر من الوقوع في براضن الاضطرابات النفسية والسلوكية، إضافة إلى دراسة كل العوامل الفردية، والاجتماعية والمجتمعية التي تجعل الحياة الإنسانية جديرة أن تعاش، وبالنسبة لقاموس علم النفس فيعتبر علم النفس الإيجابي مجالاً للنظريات والأبحاث التي تركز على الخبرات النفسية، والسمات الفردية أو بصمة القوى، والمؤسسات الاجتماعية التي تجعل الحياة تستحق العيش إلى أقصى درجة"، أما هايدت وغيل Haydet & Gaill فقد عرفا علم النفس الإيجابي على أنه دراسة الظروف والعمليات التي تساهم في ازدهار الفرد أو الأداء الأمثل للأفراد، وظهر ذلك على المستوى المؤسسي، حيث المؤسسات الاجتماعية التي تجعل الحياة تستحق العيش إلى أقصى درجة، فعلى المستوى الانفعالي والمعرفي يرتبط بالخبرات الإيجابية في الماضي والحاضر والمستقبل مثل الرضا والسعادة والتفاؤل، وعلى المستوى الجماعي: حيث الفضائل الاجتماعية والمؤسسات التي تزيد من فعالية مشاركة الفرد كمواطن وعضو فعال في المجتمع، وعلى المستوى الفردي فهو يتمثل في السمات الشخصية الإيجابية مثل الشجاعة والحكمة، كذلك يهتم علم النفس الإيجابي بتطور التلاميذ في مختلف المراحل الدراسية، والعلاقات الجيدة على مستوى جماعات العمل (تلمساني، فاطمة، 2015).

ثانياً. القوى الإنسانية

إن مفهوم القوى الإنسانية مفهوم متعدد المجالات، وذو إطار دينامي، يعتمد على معايير معينة. فهو متعدد المجالات لأن القوى الإنسانية تتضمن خصائص متعددة تمتد من الخصائص الجسمية إلى الاجتماعية الاقتصادية إلى النفسية الروحانية. هذه الخصائص قد تبدو بوصفها خصائص مستقلة ولكن يربط بينها أيضاً علاقات الجسم السليم. القوى الإنسانية ليست مجموعة من الخصائص المحددة، بل يمكن اعتبارها الحكمة أو المعرفة بالأمر الأساسية في الحياة، وتطبيق هذه المعرفة من خلال استراتيجيات

إدارة الحياة والتي تتمثل في الاختيار Selection وتحقيق الأداء الأمثل Optimization والتعويض في حالة الفقد Compensation.

ويرتبط مفهوم القوى الإنسانية أول ما يرتبط بخصائص الشخصية، لذا فقد تركزت كثير من الجهود في فهم القوى الإنسانية وتحديدتها في دراسة السمات الشخصية (ليزا ج. أسبينول ، أورسولا م.ستودينجر، 2006).

ثالثاً. مفهوم بصمة القوى

إن بصمة القوى هي سمات فردية إيجابية أو جوانب شخصية ذات قيمة معنوية يتم التعبير عنها في الأفكار والمشاعر والسلوكيات (Seligman, M Park, & Peterson, C., 2004).

كما يعرفها ريتش بارك و بيترسون وويبر (Ruch, W., weber, M., park, & Peterson, C., 2014) باعتبارها العمليات أو الميكانيزمات النفسية التي تظهر من خلالها الفضائل، والتي تميز كل فضيلة من الفضائل. ويتفق كل من (Weber & Ruch, 2012 ; Park & Peterson, 2009) على تعريف بصمة القوى باعتبارها " مجموعة من السمات الإيجابية التي يعطيها الأفراد قيمة أخلاقية؛ وتوجد على هيئة درجات يمتلكها الأفراد بمقادير متباينة، وتظهر في أفكارهم ومشاعرهم، وأفعالهم، وتعتبر متميزة ومرنة وقابلة للقياس وتتأثر بالعوامل السياقية".

وأيضاً فإن بصمة القوى الخاصة بكل فرد تعكس أعلى 5 قوى لديه على مقياس (Value (VIA In Action، ولذلك فهي تختلف من فرد لآخر وهي أيضاً سمات تظهر عبر المواقف المختلفة، وتوجد في مستويات مختلفة من التجريد (Seligman, M Park, & Peterson, C., 2004).

لكي نفهم بصمة القوى الشخصية، يجب علينا أولاً مناقشة الفضائل، والفضائل هي سمات غالباً ما يتم اعتبارها ذات قيمة جيدة من الناحية الأخلاقية، وهي أيضاً الخصائص الجوهرية القيمة التي يطلق عليها المفكرون الدينيون والفلاسفة الأخلاقيون صفات مرغوبة من الناس بسبب القيمة الجوهرية المتأصلة في هذه الصفات، وتعتبر الشجاعة والعدالة والحكمة هي أمثلة على الفضائل؛ أما بصمة القوى الشخصية فهي مكونات الفضائل، هي الطريق لتحقيق الفضائل، أو بعبارة أخرى فهي الطريقة المميزة لإظهار واحدة أو أخرى من الفضائل. على سبيل المثال يمكن تحقيق فضيلة الحكمة من خلال استخدام بصمة القوى مثل الفضول، الانفتاح والإبداع، وحب التعلم (Arash Emamzadeh, 2018).

رابعاً. القوى والفضائل Strengths & Virtues

بدأ "سيلجمان" بتعريف مفهوم الشخصية على أنها صفات يمتلكها الفرد وتستقر بمرور الوقت ولكنها ممكن أن تتأثر من خلال التفاعل وبالتالي تكون عرضة للتغيير. وتوصل من خلال نتائج الدراسات المختلفة إلى (6) فضائل أساسية هي: (الحكمة والمعرفة، الشجاعة، الإنسانية، العدل، الاعتدال، التسامي).

أولاً: فضيلة الحكمة والمعرفة Wisdom and Knowledge

الحكمة عرفها قاموس أكسفورد 1989 بأنها " القدرة على الحكم الصحيح في الأمور المتعلقة بالحياة والسلوك، وسلامة الحكم عند اختيار الأساليب في بلوغ الغايات، وهي عكس حماقة ". والحكمة هي أول متلازمات الفضائل، وتظهر في مسارات ستة تم ترتيبها تبعاً لنموها الطبيعي لدى الإنسان، من حب الاستطلاع وهو الأساس في الحكمة والمعرفة وحتى النظرة الثاقبة وهي أكثر مسارات الحكمة نضجاً (سليجمان، مارتن، 2005). وهي تدرج كما يلي

1. حب الاستطلاع، الاهتمام والانشغال بالعالم (الكون). Curiosity- Interest in the world.
2. حب التعلم Love of Learning
3. الحكم على الأشياء Judgment
4. البراعة Ingenuity – الأصالة Originality – الذكاء العملي Practical thinking
5. الذكاء الاجتماعي Social Intelligence – الذكاء الشخصي Personal Intelligence الذكاء الوجداني Emotional Intelligence
6. النظرة الثاقبة Perspective.

ثانياً: فضيلة الشجاعة Courage

عرف (Miller, 2018) الشجاعة بأنها الرغبة في اتخاذ تلك القرارات كل يوم وأن تعيش وجهاً لوجه مع نتائجها. إنها القدرة علي المضي قدماً بغض النظر عن أي ألم قد تواجهه وتتضمن الشجاعة القوى الانفعالية التي تشمل تدريب إرادة الفرد ودعمها لتحقيق ما يسعى إليه من أهداف في مواجهة العوائق المختلفة سواء كانت خارجية أو داخلية وتتمثل في القوى الآتية:

- 7- الجسارة والإقدام. Valor and Brave
- 8- المثابرة Perseverance - الإنتاجية Industry - الصمود Diligence
- 9- الاتساق مع الذات Genuineness - الأصالة Integrity - الأمانة Honesty

ثالثاً: فضيلة الإنسانية والحب Humanity

وتتضمن القوى البينشخصية التي تتصل بميل الفرد إلى تكوين صداقات وعلاقات إيجابية مع الآخرين، وتشمل قوي:

- 10- العطف والكرم Kindness and Generosity.
- 11- منح الحب، وتقبل حب الآخر Loving and Allowing Oneself Be Love.

رابعاً: فضيلة العدالة Justice

تظهر هذه القوى في الأنشطة المدنية، فهي تتجاوز العلاقة بين شخص وآخر إلى العلاقة بين الشخص وجماعة ما، كعلاقة الشخص بأفراد أسرته أو المجتمع الذي يعيش فيه، وتشمل قوى:

12- المواطنة Citizenship

13- العدل والمساواة. Fairness and Equity

14- القيادة Leadership

خامساً: فضيلة الاعتدال Temperance

تتضمن قوى الحماية من الإفراط والخلو والتطرف، وتشمل قوى الحماية الآتية :

15- التدبر (الحرص) Prudence.

16- التواضع Humility

17- ضبط النفس Self – Control

سادساً: فضيلة التسامي Transcendence

تتضمن فضيلة التسامي خمس قوى ارتقاء قائمة على تشكيل روابط مع العالم الأكبر واضفاء القيمة المعنوية على الأعمال بالارتكاز على القصد من وراء العمل، وتشمل :

18- تذوق الجمال والتميز. Appreciation of Beauty and Excellence.

19- الامتنان Gratitude

20- الأمل Hope- التفاؤل Optimism- التوجه للمستقبل Future mindedness

21- الروحانية Spirituality.

22- المرح والدعابة Play fullness and Humor

23- الحيوية Zest الحماس Enthusiasm

24- الصفح والرحمة Forgive ness and Mercy

المحور الثاني: طيب الحياة النفسية Psychological well- being

أولاً. تعريف طيب الحياة النفسية

يعتبر مفهوم طيب الحياة النفسية (PWB) من المفاهيم ذات الطابع الجدلي إذ تختلف مضامينه ودلالاته باختلاف الثقافات ومع ذلك يظل بمثابة مظلة تحتها كثير من المعاني كالقناعة والرضا عن الحياة والسعادة والامن النفسي وتحقيق الذات، ويؤكد (Diernr) إن مفهوم طيب الحياة مفهوم مكافئ للصحة النفسية وهذا ما دفع الكثير من المؤسسات الاجتماعية أن تضع طيب الحياة النفسية ضمن أهدافها

الأساسية حيث يجمع المصطلح بين طيب الحياة والسعادة للفرد ، كما يستخدم مصطلح طيب الحياة النفسية من خلال مفاهيم مثل السعادة النفسية و الرفاهية النفسية والهناء النفسي (طه، 2014، ص. 13). وقد وعرف (Samman, 2007) طيب الحياة النفسية بأنها استخدام الفرد لكامل قدراته ومواهبه النفسية لتحقيق الذات والاستقلال والشعور بالسعادة والرضا من خلال وجود هدف للحياة وتواصل ايجابي مع الآخرين.

ثانياً. نموذج رايف " Ryff " لطيب الحياة النفسية

قدمت (Ryff, C.& Keyes, C., 1995) نموذجاً لطيب الحياة ينطلق من مفهوم أن الصحة النفسية ليست مجرد الخلو من المرض، وإنما يتضمن السمات الإيجابية، ووفقاً للتصور الذي قدمته رايف يتضمن طيب الحياة ستة أبعاد هي (الاستقلال، التحكم والسيطرة، العلاقات الاجتماعية، نمو الشخصية، قبول الذات، الهدف من الحياة) ويعد هذا النموذج الذي قدمته رايف عن طيب الحياة النفسية إطاراً نظرياً متكاملًا يستند على العديد من المفاهيم النظرية مثل مفهوم تحقيق الذات لماسلو، والوظائف الشخصية الكاملة لروجرز والفردية لجونج ومفهوم النضج لألبورت والمراحل النفسية لأريكسون ونزعات الحياة الأساسية لبوهلر والعمليات الإجرائية للشخصية، وفيما يلي شرح لهذه الأبعاد (Ryff, C.& Keyes, C., 1995) في (سند، 2013، ص. 680).

قبول الذات Self – acceptance

يعد مفهوم تقبل الذات إشارة لحكم الفرد على نفسه مقارنة بالآخرين، ويعتبر من الجوانب المهمة في الشخصية، حيث أن الفرد يستطيع إدراك ذاته ليجعل منه موضوعاً لتأمله وتفكيره، حيث أن هذا المفهوم يتكون منذ الطفولة وعبر مراحل النمو المختلفة، وما يتكون لدى الفرد من مشاعر نفسية وأفكار يصف بها ذاته، وهي نتاج للخبرات والأنماط والتنشئة والتفاعل الاجتماعي (جودت، نادية، 2010).

العلاقات الايجابية مع الاخرين Positive relations with others

وهي قدرة الفرد على تكوين وإقامة صداقات وعلاقات إيجابية متبادلة مع الآخرين على أساس من الود والمحبة والألفة والثقة المتبادلة والمتمثلة في القدرة على التعاطف القوي بينهم، والتفهم والتأثير والدفع، والصداقة والاحذ والعطاء، وغيرها من العلاقات الانسانية وهذه من أهم عناصر الصحة النفسية لأنها تعد معيار للنضج والتوافق والقدرة على تحقيق الذات وتقاسم الوقت مع الآخرين (الجمال، 2011، ص. 11).

الاستقلال Autonomy

ويقصد به أن الفرد له الحق في تقرير مصيره، وقادر على مقاومة الضغوط الاجتماعية وعلى التفكير والتصرف بطريقة مستقلة، قادر على تنظيم السلوك من الداخل، لديه القدرة على التنظيم الذاتي حسب المعايير الشخصية، كما تشير أيضاً إلى استقلالية الفرد وعلى قدرته على اتخاذ القرار وعلى التفكير والتصرف بطريقة معينة وتقييم نفسه وفقاً للمعايير الاجتماعية أي مدى قدرته علي تحديد ذاته وثقته في آرائه الخاصة، وضبط وتنظيم السلوك الشخصي الداخلي أثناء التفاعل مع الاخرين . أي مدى

قدرته على تقرير مصيره بنفسه واستقلاله بذاته وأيضاً مدى قدرته على اتخاذ قراراته بنفسه دون الاعتماد على الآخرين (لوبيز و سنايدر، 2018).

التحكم البيئي والسيطرة البيئية Environmental Mastery

وهو قدرة الفرد على التمكن من تنظيم الظروف المحيطة به ومدى الاستفادة بطريقة فعالة من هذه الظروف المحيطة، وتوفير البيئة المناسبة، والمرونة الشخصية أي تغيير البيئة وفق ما يراه الفرد ويتناسب معه أي من خلال خبراته الماضية والحاضرة وما يتوفر له من فرص يتم الاستفادة منها في تحقيق أهداف حياته ومدى الإحساس بالكفاية والقدرة على إدارة البيئة حتى ولو كانت على درجة من التعقيد، والتحكم فيها إذ تعد هذه السمة من سمات الصحة النفسية والتي تتمثل في القدرة على التجديد والابتكار، وخلق شخصيات ذات صفات مناسبة (الجمال، 2011، ص.11).

الهدف من الحياة Purpose in life

وهي قدرة الفرد على تحديد أهدافه في الحياة بشكل موضوعي، وأن يكون له هدف ورؤية توجه أفعاله وتصرفاته وسلوكياته مع المثابرة والاصرار على تحقيق أهدافه. فالشخص الذي يتمتع بالصحة النفسية دائماً ما يحمل أهدافاً وأفكاراً توفر له معنى واضحاً لحياته أي يعتبر هو الشخص الذي يمتلك إيماناً بأن أفعاله في الماضي والحاضر كانت ذات مغزى وتوجهه نحو مستقبله حتماً وتجعله مدركاً للغرض من حياته والتي يحاول من خلالها إيجاد المعنى لها (المرجع السابق، ص.12).

نمو الشخصية Development of Personality

وهي تعني قدرة الفرد على تنمية وتطوير امكانياته و قدراته، وزيادة فعاليته وكفاءته الشخصية في الجوانب المختلفة، والشعور بالتفاؤل. وهي تعني قدرة الفرد على ادراك طاقاته والارتقاء بها لكي تتقدم وتتسع باستمرار لكي يكون منفتحاً ومستعداً لتلقي أي خبرات جديدة تضاف إلى رصيده من الخبرات التي تسهم في مثل هذا التطور والنمو، بحيث يكون لديه الإحساس بالواقعية والتي سيجد الفرد نفسه بعدها قد تطور بمرور الزمن. فالحياة بالنسبة للفرد لسلسلة من التعلم والتغير والنمو (الجمال، 2011، ص.11).

وترى الباحثة أنه لكي ندرك طيب الحياة النفسية نحتاج إلى أن نتعرف على مصادر القوى والفضائل لدينا، فعندما نستخدم أو نمارس القوى والفضائل الخاصة بنا سوف نشعر بالرضا ونحقق طيب الحياة النفسية.

دراسات سابقة

أولاً. المحور الأول دراسات تناولت بصمة القوى

دراسة (باتشن، حمزة و برزوان، حسبية، ٢٠٢٠) تهدف هذه الدراسة إلى تحديد أبرز نقاط القوى المميزة داخل المدارس، من خلال فحص مكامن القوى المميزة (بصمة القوى) لدى فئة الأطفال والمراهقين ما بين 8-14 سنة وهذا اعتماداً على استخدام مقياس القوى والفضائل (VIA)، وأوضحت النتائج أن بصمة القوى المميزة للأطفال والمراهقين في المدرسة تتمثل في قوة الذكاء الاجتماعي، قوة حب الاستطلاع، قوة المثابرة، قوة الحيوية.

دراسة (Fabian Gander, Lisa Wagner, Lukas Amann & Willibald Ruch, 2021) تهدف هذه الدراسة إلى معرفة دور بصمة القوى الشخصية في تحديد اتجاهات الشخص الوظيفية، تكونت عينة الدراسة (ن=196)، 84% من النساء تتراوح أعمارهم من (10.30: 25)، 16% من الذكور تتراوح أعمارهم بين (18: 67)، تم استخدام مقياس VIA، (CSFR) مقياس تصنيف وظائف قوى الشخصية، أظهرت نتائج هذه الدراسة أن جميع نقاط قوى الشخصية لها ارتباطات إيجابية بمعظم الوظائف.

تعقيب على دراسات المحور الأول

من خلال الدراسات التي تم عرضها في المحور الأول نجد أن دراسة (باتشن، حمزة و برزوان، حسبية، 2020) قد تناولت تحديد أبرز نقاط القوى لدى الأطفال والمراهقين، كما نجد دراسة (Fabian Gander, Lisa Wagner, Lukas Amann & Willibald Ruch, 2021) قد تناولت معرفة دور بصمة القوى في تحديد الاتجاهات الوظيفية للشخص، وقد استخدمت الدراسة الأولى مقياس (VIA)، وتراوح عمر عينة الدراسة ما بين 8-14. وفي الدراسة الثانية تم استخدام مقياسي VIA، (CSFR)، وكانت عينة الدراسة من الإناث أعمارهم من (10.30: 25) وتراوح عمر عينة الذكور بين (18: 67). بينت نتائج الدراسة الأولى أبرز نقاط القوى لدى العينة، كما توصلت نتيجة الدراسة الثانية أن لقوى الشخصية دور في تحديد اتجاهات الفرد الوظيفية.

ثانياً. المحور الثاني. دراسات تناولت العلاقة بين بصمة القوى وطيب الحياة النفسية

دراسة (Thomas, Sarah, 2014) تهدف الدراسة إلى استخدام المعلمين برنامج لتعزيز وتنمية القوى الشخصية من أجل تعلم مهارات وبناء علاقات إيجابية وتحقيق طيب الحياة ومن ثم تحقيق الازدهار لدى التلاميذ، واستخدم الباحثان المنهج التجريبي ذو المجموعتين، مجموعة تجريبية عبارة عن فصل دراسي طبق عليهم البرنامج، ومجموعة ضابطة لم يطبق عليه البرنامج، واستخدم الباحثان الأدوات الإحصائية المناسبة لتحليل البيانات وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعة التجريبية والضابطة في اتجاه المجموعة التجريبية في تعلم مهارات جديدة وتحقيق طيب الحياة والصحة النفسية.

دراسة (Lisa, W., Fabian, G., Rene, P& Ruch, T., 2019) تهدف الدراسة إلى معرفة العلاقة بين بصمة القوى الشخصية و الإنجازات التي تشكل الحياة الجيدة للشخص والآخر، تم استخدام مقياس (VIA)، في دراستين قام بهما الباحثون، تم تعيين نقاط القوى الـ 24 من الفضائل الستة، في الدراسة 1 (ن = 225)، طلب من المشاركين أن يذكروا أوصافاً للمواقف التي اظهروا فيها أعلى قوى شخصية لديهم بطريقة ممتازة وقاموا بتصنيف هذه المواقف التي ذكروها بالفضائل الست التابعة لها، في الدراسة 2 (ن = 146)، طبق مقياس بصمة القوى ثم اعطى الباحثون المشاركون درجة كل قوة شخصية من القوى (24)، توصلت النتائج إلى وجود علاقة طردية بين بصمة القوى والإنجازات التي تشكل الحياة الجيدة، واقترح الباحثان إجراء مزيد من البحوث باستخدام مناهج مختلفة لبصمة القوى الشخصية و الفضائل.

دراسة) Carolina M. Azanedo, Teresa Artola , Santiago Sastre and Jesus Alvarado, (2021). ركزت هذه الدراسة على دور الدعم الاجتماعي الوظيفي وبصمة القوى الشخصية على طيب الحياة النفسية والذاتية، تكونت عينة الدراسة من 1494 طالباً جامعياً (847 إناث، 647 ذكور) تراوحت أعمارهم من (18:68)، تم استخدام مقياس VIA، مقياس ليكرت المكون من خمس نقاط، مقياس الرفاهية النفسية (PWBS) لرايف. أسفرت نتيجة هذه الدراسة عن وجود ارتباطات مهمة بين القوى الخمسة وأبعاد مقياس طيب الحياة النفسية والذاتية لرايف (SWB و pwb)، حيث مثلت قوى (الروحانية والامتنان والحماس والأمل والحب) أقوى المتغيرات التنبؤية للرضا عن الحياة والتأثير الإيجابي على التوازن والسيطرة البيئية والهدف من الحياة وقبول الذات، كما بينت الدراسة أن هناك دوراً إيجابياً للدعم الاجتماعي الوظيفي وبصمة القوى الشخصية على طيب الحياة النفسية.

تعقيب على دراسات المحور الثاني

من خلال عرض الدراسات التي تناولت المحور الثاني نجد ان هناك دراسة استخدمت برنامج تدخلية وهي دراسة (Thomas, Sarah, 2014)، حيث استخدمت المنهج التجريبي ذو المجموعتين (تجريبية وضابطة)، بهدف استخدام المعلمين برنامج لتعزيز وتنمية القوى الشخصية وتحقيق طيب الحياة، وأظهرت النتائج وجود فروق دالة احصائياً في اتجاه المجموعة التجريبية، كما أن هناك دراسات استخدمت مقياس VIA مثل دراسة (Lisa, W., Fabian, G., Rene, P& Ruch, T., 2019). فقد تم تطبيق مقياس VIA في دراستين للتحقق من علاقة بصمة القوى الشخصية والانجازات التي تحقق الحياة الجيدة، حيث توصلت النتائج إلى وجود علاقة طردية بين بصمة القوى والانجازات التي تشكل الحياة الجيدة. ودراسة (Carolina M. Azanedo, Teresa Artola , Santiago Sastre and Jesus Alvarado, 2021). حيث هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على دور الدعم الاجتماعي الوظيفي وبصمة القوى الشخصية على طيب الحياة النفسية، وتم تطبيق مقياس VIA ومقياس الرفاهية النفسية (PWBS) لرايف، وأسفرت النتائج عن وجود ارتباطات مهمة بين بصمة القوى وأبعاد مقياس طيب الحياة النفسية.

خلاصة وتعقيب على كل الدراسات

من خلال عرض الدراسات السابقة نجد أن هناك دراسات تناولت مفهوم بصمة القوى مثل دراسة (باتشن، حمزة و برزوان، حسيبة، ٢٠٢٠)، كما تناولت بعض الدراسات العلاقة بين بصمة القوى وطيب الحياة النفسية مثل دراسة (Carolina M. Azanedo, Teresa Artola , Santiago Sastre and Jesus Alvarado, 2021). وقد تضمنت غالبية الدراسات عينات تتراوح أعمارها من (10: 67) مثل دراسة (Fabian Gander, Lisa Wagner, Lukas Amann & Willibald Ruch, 2021)، وقد استخدمت معظم الدراسات مقياس تفعيل القيم لمارتن سليجمان (VIA) ومقياس طيب الحياة النفسية، كما قامت بعض الدراسات بتقديم برامج تدخلية مثل دراسة (Thomas, Sarah, 2014).

وقد أسفرت نتائج هذه الدراسات عن أنه يمكن تحديد أبرز نقاط القوى الخاصة بأي فئة عمرية، وأن هناك علاقة بين القوى المختلفة وتحقيق طيب الحياة النفسية، وأن القوى الشخصية لها دور في تحديد

اتجاهات الشخص الوظيفية، كما أن للقوى الشخصية دوراً في دعم الانجازات التي تحقق طيب الحياة النفسية.

بعد استعراض نتائج هذه الدراسات التي تناولت مفاهيم بصمة القوى الشخصية وطيب الحياة النفسية والتي توصلت إلى نتائج عديدة أهمها التوجه نحو الاهتمام بجوانب القوى الشخصية لدى الطلاب في المراحل التعليمية المختلفة، وتوجيه هذه القوى للاستفادة منها في شتى جوانب حياتهم لتحقيق طيب الحياة النفسية، ومن هنا برزت أهمية هذا البحث في اهتمامه بدراسة بصمة القوى وعلاقتها بطيب الحياة النفسية، وقد استفادت الباحثة من نتائج الدراسات السابقة.

وبناءً على ما تم عرضه من الفضائل الست أمكن للباحثة صياغة الفروض التالية

1. توجد علاقة بين البروفيل النفسي لأبعاد متغيري البحث (بصمة القوى، طيب الحياة النفسية) من حيث التأثير والشروع لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية.

2. توجد علاقة ارتباطية بين متغيري البحث (بصمة القوى، طيب الحياة النفسية) لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية.

الإجراءات المنهجية للبحث

منهج البحث

في ضوء طبيعة هذا البحث والأهداف التي يسعى إلى تحقيقها اعتمد البحث على المنهج الوصفي الارتباطي المقارن وذلك للتحقق من فروضه حيث أنه يهدف إلى معرفة حجم ونوع العلاقة بين المتغيرات وعلاقة البروفيل النفسي مع متغيري البحث.

عينة البحث

تكونت عينة البحث من 150 تلميذ وتلميذة من الصف الثاني الإعدادي (75) من الذكور و(75) من الإناث تتراوح أعمارهم بين 13 و14 بمتوسط عمري قدره (12.68) وانحراف معياري بلغ (0.53) عام من مدرسة سلامون الإعدادية المشتركة، مركز طما، محافظة سوهاج.

أدوات البحث

اعتمد البحث علي مقاييس :

- مقياس بصمة القوى إعداد/ الأعرس، صفاء(2019).
- مقياس طيب الحياة النفسية (Carol Ryff, 2007)، ترجمة الأعرس، صفاء(2016). وفيما يلي عرض مفصل لأدوات الدراسة

1- مقياس بصمة القوى لدى الأطفال والمراهقين (VIA)

إعداد/ الأعرس، صفاء (2019)

(أ) وصف المقياس:

يتكون مقياس بصمة القوى لدى الأطفال والمراهقين من (24) فضيلة موزعة على (6) أبعاد فرعية وهي: الحكمة والمعرفة، والشجاعة، والحب والإنسانية، والعدالة، والاعتدال، والتسامي، ويتكون المقياس من الأبعاد التالية

جدول (1) أبعاد مقياس بصمة القوى لدى الأطفال والمراهقين والفضائل المكونة لها

م	الأبعاد	عدد الفقرات	الفضائل المكونة للبعد
1	الحكمة والمعرفة	6	- حب الاستطلاع والانشغال بالعالم. - حب التعلم. - القدرة على الحكم/ التفكير الناقد/ العقل المنفتح. - البراعة/ الأصالة/ الذكاء العلمي. - الذكاء الاجتماعي/ الذكاء الشخصي/ الذكاء الوجداني. - الرؤية الثاقبة.
2	الشجاعة	3	- الجسارة، والإقدام. - المثابرة، الإنتاجية، الصمود. - الاتساق مع الذات، الأصالة، الأمانة.
3	الحب والإنسانية	2	- العطف والكرم. - منح الحب وتقبل الحب
4	العدالة	4	- المواطنة/ الواجب/ العمل في فريق/ الولاء. - العدل والمساواة. - القيادة.
5	الاعتدال	3	- ضبط النفس. - التدبير(الحرص)/ التحفظ/ الحذر. - التواضع/ الحياء.
6	التسامي	6	- تذوق الجمال والتميز. - الامتنان. - الأمل/ التفاؤل/ التوجه للمستقبل. - الروحانية/ الإحساس بوجود هدف/ الإيمان/ التدين. - الصفاء والرحمة. - المزاح والدعابة. - الحيوية/ قوة العاطفة/ الحماس.

طريقة تقدير الدرجة على المقياس

تتراوح الدرجة على المقياس والأبعاد من 1 إلى 3، والدرجة الكلية للمقياس 171، والحد الأدنى للمقياس (57 درجة).

الخصائص السيكومترية للمقياس في البحث الحالي

قامت الباحثة بالتحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس بصمة القوى لدى الأطفال والمراهقين، على العينة الاستطلاعية البالغ عددها (ن=100)، وقامت الباحثة في الدراسة الحالية بحساب الكفاءة السيكومترية للمقياس بالطرق الآتية

أ. الاتساق الداخلي لبند مقياس بصمة القوى لدى الأطفال والمراهقين

قامت الباحثة بإجراء حساب الاتساق الداخلي لمقياس بصمة القوى لدى الأطفال والمراهقين بين درجات (الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية)، على العينة الاستطلاعية (ن=100) حيث تراوحت قيمة معامل الارتباط بين 0.589 و 0.894 عند مستوى دلالة (0.01).

ب. صدق المقياس

الصدق التمييزي يُعبر عن مدى قدرة العبارة على التمييز أو التفريق بين الأفراد في ذلك الجانب أو المظهر من السمة التي يتصدى لقياسها، ولا شك في أن القدرة التمييزية للبند تتصل مباشرة بصدق تلك البنود ونجاحها في قياس ما وضعت لقياسه، وذلك من خلال مقارنة الفئات المتطرفة في المقياس نفسه (أمطانيوس، ميخائيل، 2006، 86). للتحقق من الصدق التمييزي لمقياس بصمة القوى لدى الأطفال والمراهقين، تم الاعتماد على "الوسيط الحسابي" كمعيار لترتيب درجات العينة الاستطلاعية (ن=100)، ثم قامت الباحثة بمقارنة درجات المجموعتين: الأعلى (ن=50)، الأدنى (ن=50) على أبعاد المقياس الستة، وفيما يلي توضيح لتلك النتائج:

جدول (2) المتوسطات (م) والانحرافات المعيارية (ع) لمقياس بصمة القوى
وقيم (ت) لدى العينة الاستطلاعية (ن=100) الصدق التمييزي

الاختبار	المجموعة	م	ع	د/ح	قيمة (ت)	الدلالة
الحكمة والمعرفة	الدرجة الأعلى	40.71	2.89	98	**10.77	0.01
	الدرجة الأدنى	34.06	3.27			
الشجاعة	الدرجة الأعلى	23.88	1.90	98	**5.01	0.01
	الدرجة الأدنى	21.65	2.51			
الحب والإنسانية	الدرجة الأعلى	18.04	2.04	98	**6.91	0.01

الاختبار	المجموعة	م	ع	د/ح	قيمة (ت)	الدلالة
العدالة	الدرجة الأدنى	15.16	2.11	98	**8.14	0.01
	الدرجة الأعلى	19.92	1.11			
الاعتدال	الدرجة الأدنى	17.24	2.06	98	**7.71	0.01
	الدرجة الأعلى	11.61	0.69			
التسامي	الدرجة الأدنى	35.51	3.03	98	**10.88	0.01
	الدرجة الأعلى	41.35	2.30			
الدرجة الكلية	الدرجة الأدنى	133.71	7.02	98	**15.72	0.01
	الدرجة الأعلى	155.51	6.84			

يتضح من الجدول (2) وجود فروق دالة إحصائية بين درجات المجموعة الأعلى والمجموعة الأدنى من أفراد العينة الاستطلاعية وفق حساب الوسيط الحسابي، على مقياس بصمة القوى لدى الأطفال والمراهقين وأبعاده الفرعية، بما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة جيدة من الصدق.

ج. ثبات المقياس

تم حساب ثبات مقياس بصمة القوى، وأبعاده الفرعية، باستخدام

1. معامل ثبات ألفا كرونباخ (الأبعاد)، وكانت القيم بين (0.689 : 0.735).
2. معامل ثبات القسمة النصفية وتصحيح الطول باستخدام معادلة (سبيرمان - براون)، وذلك على العينة الاستطلاعية (100) وكانت القيم ما بين (0.703 : 0.845).

2. مقياس طيب الحياة النفسية Psychological Well-being

إعداد/ كارول رايف Carol Ryff ترجمة / الأعرس، صفاء (2016)، تعديل الباحثة

وصف المقياس

يتكون مقياس طيب الحياة النفسية في صورته الأصلية لـ " كارول ريف Carol Ryff من (42) فقرة موزعة على (6) أبعاد فرعية وهي: تقبل الذات، والعلاقة الإيجابية مع الآخرين، والاستقلال، والتحكم البيئي، والهدف من الحياة، والنمو الشخصي، وتتم الإجابة على مقياس متدرج من (5) استجابات هي: (لا تنطبق علي إطلاقاً، لا تنطبق علي، تنطبق علي إلى حد ما، لا تنطبق علي، تنطبق علي تماماً)، وأقل درجة يحصل عليها المفحوص (1)، وأعلى درجة (5).

قامت الباحثة بتعديل المقياس بما يتفق وطبيعة عينة البحث وفق الاجراءات التالية:-

- تمت إعادة صياغة فقرات المقياس بما يتناسب مع المرحلة العمرية لعينة البحث.

- تم عمل دراسة استطلاعية على عينة من التلاميذ عددها (20) على فقرات المقياس وأمام كل بند اختياريين (واضحة، غير واضحة) وفي حالة اختيار غير واضحة يتم كتابة العبارة البديلة من وجهة نظر التلميذ.

- تم تحليل استجابات التلاميذ وإعادة صياغة العبارات الغير واضحة بالنسبة لهم.

-انتهت الباحثة إلى صياغة المقياس في صورته الحالية متضمناً (30) بنداً يغطي الأبعاد التالية (تقبل الذات، العلاقة الإيجابية مع الآخرين، الاستقلال، التحكم البيئي، الهدف من الحياة، النمو الشخصي)، كل بعد يتكون من خمسة بنود، وتتم الإجابة على المقياس بمقياس متدرج من (5) استجابات، بـ (لا تنطبق علي إطلاقاً)، (لا تنطبق علي إلى حد ما)، (تنطبق علي إلى حد ما)، (تنطبق علي)، (تنطبق علي تماماً).

ويتكون المقياس من الأبعاد التالية

جدول (3) أبعاد مقياس طيب الحياة والأبعاد المكونة له

م	الأبعاد	عدد الفقرات	أرقام الفقرات
1	تقبل الذات	5	من الفقرة 1 إلى الفقرة 5
2	العلاقة الإيجابية مع الآخرين	5	من الفقرة 6 إلى الفقرة 10
3	الاستقلال	5	من الفقرة 11 إلى الفقرة 15
4	التحكم البيئي	5	من الفقرة 16 إلى الفقرة 20
5	الهدف من الحياة	5	من الفقرة 21 إلى الفقرة 25
6	النمو الشخصي	5	من الفقرة 26 إلى الفقرة 30

طريقة تقدير الدرجات

وتتم الإجابة على المقياس بمقياس متدرج من (5) استجابات، حيث تُقدر الإجابة بـ (لا تنطبق علي إطلاقاً) بـ (درجة واحدة)، والإجابة بـ (لا تنطبق علي إلى حد ما) تُقدر بـ (درجتين)، والإجابة بـ (تنطبق علي إلى حد ما) تُقدر بـ (ثلاثة درجات)، والإجابة بـ (تنطبق علي) تُقدر بـ (أربعة درجات)، والإجابة بـ (تنطبق علي تماماً) تُقدر بـ (خمس درجات) هذا بالنسبة للعبارات الإيجابية وعدددهم 22 عبارة، أما بالنسبة للعبارات العكسية وعدددها 8 عبارات وأرقامها (4، 8، 9، 10، 15، 18، 20، 23) فإن تصحيحها يتم بالعكس، حيث تُقدر الإجابة بـ (لا تنطبق علي إطلاقاً) بـ (خمس درجات)، والإجابة بـ (لا تنطبق علي إلى حد ما) تُقدر بـ (أربعة درجات)، والإجابة بـ (تنطبق علي إلى حد ما) تُقدر بـ (ثلاثة درجات)، والإجابة بـ (تنطبق علي) تُقدر بـ (درجتين)، والإجابة بـ (تنطبق علي تماماً) تُقدر بـ (درجة واحدة) وتتراوح درجات المقياس ما بين (30:150).

الخصائص السيكومترية للمقياس

1) الخصائص السيكومترية للمقياس الأصلي

أ- حساب صدق الاختبار: تم حساب صدق الاختبار من خلال صدق المحك بين اختبار طيب الحياة النفسية واختبار الرضا عن الحياة والسعادة واحترام الذات وتم الحصول على قيم معاملات عالية تراوحت بين (0.70) إلى (0.78).

ب- حساب ثبات الاختبار: تم حساب ثبات الاختبار عن طريق إعادة الاختبار علي عينة ضمت (145) فرداً، وكانت قيمة (ر) = 0.82

الخصائص السيكومترية للمقياس بالدراسة الحالي قامت الباحثة بالتحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس طيب الحياة، على العينة الاستطلاعية البالغ عددها (ن=100)، عن طريق: أ. الصدق ب. الثبات

أ. صدق المقياس

1. الصدق التمييزي

للتحقق من الصدق التمييزي لمقياس طيب الحياة النفسية، تم الاعتماد على "الوسيط الحسابي" كمعيار لترتيب درجات العينة الاستطلاعية (ن=100)، ثم قامت الباحثة بمقارنة درجات المجموعتين: الأعلى (ن=20)، الأدنى (ن=20) على أبعاد المقياس الستة، وفيما يلي توضيح لتلك النتائج:

جدول (4) المتوسطات (م) والانحرافات المعيارية (ع) لمقياس طيب الحياة النفسية
وقيم (ت) لدى العينة الاستطلاعية (ن=100) الصدق التمييزي

الاختبار	المجموعة	م	ع	د/ح	قيمة (ت)	الدلالة
تقبل الذات	الدرجة الأعلى	16,41	2,52	98	**9,01	0.01
	الدرجة الأدنى	11,05	3,43			
العلاقة الإيجابية مع الآخرين	الدرجة الأعلى	14,93	2,06	98	**7,42	0.01
	الدرجة الأدنى	10,11	2,75			
الاستقلال	الدرجة الأعلى	17,09	2,90	98	**6,91	0.01
	الدرجة الأدنى	10,42	2,07			
التحكم البيئي	الدرجة الأعلى	14,02	2,63	98	**6,61	0.01
	الدرجة الأدنى	10,44	2,31			
الهدف من الحياة	الدرجة الأعلى	18,93	2,74	98	**6,75	0.01
	الدرجة الأدنى	12,64	2,03			
النمو الشخصي	الدرجة الأعلى	22,03	2,46	98	**12,93	0.01
	الدرجة الأدنى	14,38	2,52			
الدرجة الكلية	الدرجة الأعلى	99,71	7,43	98	**14,28	0.01
	الدرجة الأدنى	73,04	9,18			

يتضح من الجدول (4) وجود فروق دالة إحصائياً بين درجات المجموعة الأعلى والمجموعة الأدنى من أفراد العينة الاستطلاعية وفق حساب الوسيط الحسابي، على مقياس طيب الحياة النفسية وأبعاده الفرعية، بما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة جيدة من الصدق.

ب. ثبات المقياس

تم حساب ثبات مقياس طيب الحياة النفسية، وأبعاده الفرعية الستة، باستخدام

1. معامل ثبات ألفا كرونباخ، حيث تراوحت القيم ما بين (0.689: 0.839).
2. معامل ثبات القسمة النصفية (وتصحيح الطول باستخدام معادلة سبيرمان - براون)، وذلك على العينة الاستطلاعية (100) وكانت معاملات الثبات للأبعاد بين (0.761: 0.891).

- نتائج البحث ومناقشتها

نتائج الفرض الأول ومناقشته

ينص الفرض الأول على "يختلف البروفيل النفسي لأبعاد متغيرات البحث (بصمة القوى، طيب الحياة النفسية) من حيث التأثير والشروع لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية"

وللتحقق من صحة الفرض السابق، قامت الباحثة بتحليل استجابات العينة الأساسية (ن=150)، على درجة الأبعاد الـ (24) المكونة للفضائل الستة (الحكمة والمعرفة، والشجاعة، والحب والإنسانية، والعدالة، والاعتدال، والتسامي) لمقياس بصمة القوى، وكانت النتائج كالتالي:

1. نتائج استجابات العينة الأساسية على مقياس بصمة القوى

جدول (5) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي والأهمية النسبية لأعلى قوى مكونة لمقياس بصمة القوى لدى عينة الدراسة (ن=150)

الأهمية النسبية	الوزن النسبي	الانحراف المعياري Standard Deviation	المتوسط Mein	الدرجة الكلية	عدد الفقرات	البُعد
2	%88	0.99	5.28	6	2	حب التعلم
5	%85.92	1.70	10.31	12	4	الأمان
1	%91.17	0.82	5.47	6	2	منح الحب وتقبل الحب
4	%87.67	0.96	5.26	6	2	العدل والمساواة
3	%87.89	1.22	7.91	9	3	الامتنان

يلاحظ من الجدول (5) لبيانات أعلى القوى المكونة لمقياس بصمة القوى، حيث جاءت قوة منح الحب وتقبل الحب لأعلى وزن نسبي بين القوى المكونة لمقياس بصمة القوى حيث بلغ (%91.17)، بالمرتبة الثانية جاءت قوة حب التعلم بوزن نسبي بلغ (%88)، والمرتبة الثالثة كانت قوة الامتنان بوزن نسبي بلغ

(87.89%)، ثم جاءت قوة العدل والمساواة بالمرتبة الرابعة بوزن نسبي قدره (87.67%)، ثم بالمرتبة الخامسة كانت قوة الأمانة بوزن نسبي بلغ (85.92%).

ثانياً. نتائج تحليل استجابات عينة الدراسة على مقياس طيب الحياة النفسية
جدول (6) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي والأهمية النسبية لأبعاد مقياس طيب الحياة النفسية لدى عينة الدراسة (ن=150)

الأهمية النسبية	الوزن النسبي	الانحراف المعياري	المتوسط	الدرجة الكلية	عدد الفقرات	البُعد
3	71,59%	4,12	18,26	25	5	تقبل الذات
6	66,40%	3.63	16,75	25	5	العلاقة الإيجابية مع الآخرين
4	71,55%	3,92	17,84	25	5	الاستقلال
5	70,16%	3,04	17,19	25	5	التحكم البيئي
1	73,93%	3,31	18,06	25	5	الهدف من الحياة
2	73,87%	4,31	18,90	25	5	النمو الشخصي

يلاحظ من الجدول (6) لبيانات مقياس طيب الحياة النفسية، احتلال بُعد الهدف من الحياة لأعلى وزن نسبي بين أبعاد طيب الحياة حيث بلغ الهدف من الحياة (73.93%)، بالمرتبة الثانية جاء بُعد النمو الشخصي بوزن نسبي بلغ (73.87%)، والمرتبة الثالثة بُعد تقبل الذات بوزن نسبي قدره (71.59%)، ثم بُعد الإستقلال بوزن نسبي بلغ (71.55%)، ثم بُعد التحكم البيئي بوزن نسبي بلغ (70.16%)، الأقل تأثراً في شعور العينة بطيب الحياة كان بُعد العلاقة الإيجابية مع الآخرين بوزن نسبي بلغ (66.40%).

في ضوء النتائج السابقة يتضح من خلال نتائج التحليل الإحصائي للفرض الأول الذي ينص على أنه "يختلف البروفيل النفسي لأبعاد متغيرات البحث (بصمة القوى، طيب الحياة النفسية) من حيث التأثير والشيوخ لدى عينة البحث". نجد أن هناك تمايز واختلاف في البروفيل النفسي لمتغيرات الدراسة. أولاً: بالنسبة لبصمة القوى في "بصمة القوى" نجد أن أعلى خمس قوى لعينة الدراسة الحالية تمثلت في قوى (منح الحب وتقبل الحب "فضيلة الحب والإنسانية"، يليها حب التعلم "فضيلة الحكمة والمعرفة" ثم الامتنان "فضيلة التسامي"، ثم العدل والمساواة "فضيلة العدالة"، ثم الأمانة "فضيلة الشجاعة". احتلت قوة "منح الحب وتقبل الحب" المركز الأول في القوى المكونة لمقياس بصمة القوى، وهي من القوى المكونة لفضيلة "الحب والإنسانية" بما يشير إلى شعور عينة الدراسة أن أكثر ما يجعل للفرد بصمة مع الآخرين هو أن يكون محبوباً ولديه شعور بالود تجاه الآخرين، حيث تظهر هذه القوة في التعامل الإيجابي مع الآخرين من الأصدقاء والمعارف وأفراد الأسرة وأيضاً مع الغرباء، وقد اتفقت نتيجة هذا الفرض في البحث الحالي مع ما توصلت إليه دراسة (Park & Peterson, 2006) حيث توصلت الدراسة إلى أن أكثر نقاط القوى الشخصية انتشاراً هي قوى "الحب والإنسانية" في المرتبة الأولى ثم يليها بقية الأبعاد، أيضاً اتفقت مع نتيجة دراسة (Gustems, J., & Calderon, C. 2014) حيث توصلت إلى أن بصمة

القوى الأكثر ارتباطاً بطيب الحياة النفسية هي: الحب والفكاهة والعدل، كما اتفقت نتيجة هذا البحث مع نتيجة دراسة (Lottman, T., Zawaly, S., & Niemiec, R. M., 2017) التي توصلت إلى أن ترتيب بصمة القوى العليا لعينة لدراسة بالترتيب التنازلي (الحب والانسانية، الفضول، الفكاهة، المثابرة، الابداع، حب التعلم، الذكاء الاجتماعي، الشجاعة)، وقد اختلفت نتيجة هذا البحث مع نتيجة دراسة (Shoshani, A., & Slone, M., 2012) حيث أسفرت عن أن بصمة القوى الأعلى للعينة (الاعتدال، والتسامي) ويمكن تفسي هذه النتيجة نظراً لاختلاف مجتمع الدراسة، أيضاً اتفقت مع نتيجة دراسة (أماني مصطفى، 2019) التي خلصت إلى أن أبعاد القوى الإنسانية الأكثر انتشاراً كانت (الحب والانسانية، الشجاعة، الاعتدال، العدالة).

ثانياً. طيب الحياة النفسية نجد أن بُعد الهدف من الحياة جاء في المرتبة الأولى، بما يشير إلى شعور عينة الدراسة أن أكثر ما يشعر التلميذ بطيب الحياة النفسية هو أن يكون له هدف في الحياة ورؤية توجه تصرفاته وسلوكياته من أجل الوصول إلى تحقيق هدفه، ثم جاء في المرتبة الثانية بُعد "النمو الشخصي" وهي قدرة التلميذ على تطوير قدراته والاستفادة من المواقف المختلفة التي يتعرض لها ثم جاء بعد ذلك بُعد تقبل الذات ثم بُعد الاستقلال ثم بُعد التحكم البيئي وأخيراً بُعد العلاقة الإيجابية مع الآخرين. وقد اتفق نتيجة هذه الدراسة مع نتيجة دراسة (Malaviya, R, & Punia, N., 2015) حيث خلصت الدراسة إلى أن الطلبة كان لديهم مؤشر عالٍ من طيب الحياة النفسية على بُعدي الهدف من الحياة والنمو الشخصي على نطاق واسع، وترى الباحثة أن هذا الترتيب متوافق مع طبيعة المرحلة العمرية لعينة الدراسة، حيث تمثل المرحلة العمرية لطلاب المرحلة الإعدادية نهاية مرحلة الطفولة المتأخرة وبداية مرحلة المراهقة، ويتميز تلاميذ هذه المرحلة بسعيهم لمعرفة قدراتهم وحيث يتحقق التلميذ واقعيًا من قدراته وتحديد أهدافه (الهدف من الحياة) وما يتبع ذلك من اتساع الآفاق العقلية وتعلم المهارات والتقدم نحو النضج العقلي والانفعالي ومن ثم العمل على تنمية وتطوير قدراته (النمو الشخصي) ومن ثم يصبح لديه القدرة على تحقيق ذاته وتكوين اتجاهات ايجابية نحو الذات والحياة (تقبل الذات)، وبالتالي يكون لديه القدرة على تقرير مصيره بما يتناسب مع قدراته دون الرجوع للآخرين (الاستقلال) وبالتالي يصبح لدى التلميذ القدرة على تنظيم حياته وفقاً لتغير الظروف المحيطة به، ولديه المرونة الشخصية التي تجعله قادر على تغيير البيئة وفق ما يتناسب معه ويوفر له فرص الاستفادة منها (التحكم البيئي)، فيكتسب بعد ذلك القدرة على تكوين وإقامة علاقات إيجابية متبادلة مع الآخرين فهي الأساس للصحة النفسية لأنها تعتبر مؤشر على النضج والتوافق مع الذات والآخرين (العلاقات الإيجابية مع الآخرين). وترى الباحثة ضرورة تناول طيب الحياة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية باعتبارها بداية مرحلة المراهقة وبناء الشخصية السوية في المراحل التالية. حيث أن معظم البحوث التي تناولت طيب الحياة في الوقت الراهن ركزت على الأفراد البالغين (Gillham et al, 2011).

2. نتائج الفرض الثاني

ينص الفرض الثاني على

"توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين متغيري البحث (بصمة القوى، وطيب الحياة النفسية)".
للتحقق من صحة الفرض السابق تم حساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس بصمة القوى وأبعاده الفرعية: (الحكمة والمعرفة، والشجاعة، والحب والانسانية، والعدالة، والاعتدال، والتسامي)،

ومقياس طيب الحياة النفسية وأبعاده الفرعية: (تقبل الذات، والعلاقة الإيجابية مع الآخرين، والاستقلال، والتحكم البيئي، والهدف من الحياة، والنمو الشخصي)، وفيما يلي عرض للنتائج التي تم التوصل إليها:

جدول (7) قيم معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لطيب الحياة النفسية وبصمة القوى " الأبعاد والدرجة الكلية" (ن=150)

معاملات الارتباط							الارتباط	المتغيرات
طيب الحياة النفسية وأبعاده الفرعية								
الدرجة الكلية	النمو الشخصي	الهدف من الحياة	التحكم البيئي	الاستقلال	العلاقة الإيجابية مع الآخرين	تقبل الذات		
0,731**	**0,700	**0,861	**0,601	**0,704	**0,549	**0,663	الحكمة والمعرفة	
0,765**	**0,717	**0,718	**0,784	**0,751	**0,852	**0,741	الشجاعة	
0,626**	**0,681	**0,599	**0,539	**0,628	**0,689	**0,638	الحب والإنسانية	
**0,687	**0,599	**0,607	**0,633	**0,793	**0,641	**0,763	العدالة	
0,695**	**0,615	**0,696	**0,679	**0,655	**0,701	**0,701	الاعتدال	
0,629**	**0,724	**0,701	**0,530	**0,599	**0,641	**0,514	التسامي	
0,681**	**0,604	**0,713	**0,648	**0,716	**0,703	**0,686	الدرجة الكلية	

**دال عند مستوى 0.01

يشير الجدول (7) إلى ما يلي:

1. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى (0.01) بين قوى (الحكمة والمعرفة) مع أبعاد (الهدف من الحياة، والاستقلال، والنمو الشخصي، وتقبل الذات والتحكم البيئي والاقاة الايجابية مع الآخرين)، وبين قوى (الحكمة والمعرفة) والدرجة الكلية لمقياس طيب الحياة النفسية.
2. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى (0.01) بين قوى (الشجاعة) وأبعاد (العلاقة الإيجابية مع الآخرين، والتحكم البيئي، والاستقلال، وتقبل الذات والهدف من الحياة، والنمو الشخصي)، والدرجة الكلية للمقياس.
3. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى (0.01) بين قوى (الحب والإنسانية) وبين كلاً من أبعاد (العلاقات الايجابية مع الآخرين، والنمو الشخصي وتقبل الذات، والاستقلال الهدف من الحياة، والتحكم البيئي) والدرجة الكلية لمقياس طيب الحياة النفسية.
4. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى (0.01) بين قوى (العدالة) وكلاً من أبعاد (الاستقلال، تقبل الذات، والعلاقات الإيجابية مع الآخرين، والتحكم البيئي، والهدف من الحياة، والنمو الشخصي).

5. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى (0.01) بين قوى (الاعتدال) وكلاً من أبعاد (تقبل الذات، العلاقة الإيجابية مع الآخرين، والهدف من الحياة، والتحكم البيئي، والاستقلال، والنمو الشخصي).
6. توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى (0.01) بين قوى (التسامي) وكلاً من أبعاد (النمو الشخصي، الهدف من الحياة، العلاقة الإيجابية مع الآخرين، الاستقلال، التحكم البيئي، وتقبل الذات).
7. يوجد ارتباط دال إحصائياً عند مستوى (0.01) بين الدرجة الكلية لمقياس بصمة القوى و الدرجة الكلية لمقياس طيب الحياة النفسية.
- في ضوء نتيجة التحليل الاحصائي للفرض الثاني، أوضحت نتائج الفرض أنه توجد علاقة ارتباطية قوية بين قوى "الحكمة والمعرفة" مع أبعاد الهدف من الحياة، والاستقلال، والنمو الشخصي"، وايضاً بينه وبين بُعدي " التحكم البيئي والعلاقة الإيجابية مع الآخرين"، كما توجد علاقة بين قوى الحكمة والمعرفة والدرجة الكلية لمقياس طيب الحياة النفسية. ويمكن تفسير هذه النتيجة من حيث أن الحكمة والمعرفة بما تحويه من قوى مختلفة تجعل للشخص قدرات على تحديد هدفه من الحياة وبالتالي يحقق النمو الشخصي والاستقلال حيث يكون لديه القدرة على التفكير بطريقته الخاصة وبالتالي يستطيع بناء وتكوين علاقات إيجابية مع الأصدقاء ومع الآخرين. وقد اتفقت نتيجة هذه الدراسة مع نتيجة دراسة (Leenty, S., & Triliva, S., 2012) حيث توصلت إلى أن قوى الحكمة والمعرفة كانت هي الأبرز بين بصمة القوى في شخصيتهم، حيث أن بصمة القوى كانت ترتبط بشكل كبير وإيجابي مع طيب الحياة النفسية مع أبعاد الهدف من الحياة وقبول الذات والتحكم البيئي. أيضاً أسفرت الدراسة عن ودود علاقة ارتباطية قوية بين قوى " الحب والانسانية" وبين كل من أبعاد (العلاقة الإيجابية مع الآخرين، والنمو الشخصي، وتقبل الذات، والاستقلال والهدف من الحياة، والتحكم البيئي) وهوما اتفق مع ما توصلت إليه دراسة (Lisa, W., Fabian, G., Rene, P & Ruch, T, 2019)، حيث توصلت إلى أن أقوى الارتباطات كانت مع قوى الحب والانسانية وأبعاد مقياس طيب الحياة النفسية كمنبأ لطيب الحياة النفسية. وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية قوية بين قوى " التسامي" وبين كلاً من أبعاد (النمو الشخصي، والهدف من الحياة، والعلاقة الإيجابية مع الآخرين، والاستقلال، والتحكم البيئي، وتقبل الذات) وهو ما اتفق مع نتيجة دراسة (Carolina M. Azanedo, Teresa Artola , Santiago Sastre and Jesus Alvarado, . 2021). حيث أسفرت نتيجة هذه الدراسة عن وجود ارتباطات بين قوى (الروحانية والامتنان والحماس والأمل والحب) حيث مثلت هذه أقوى المتغيرات التنبؤية لطيب الحياة النفسية والتأثير الإيجابي على التوازن والتحكم البيئي والهدف من الحياة وقبول الذات. كما أسفرت الدراسة عن وجود ارتباط دال بين الدرجة الكلية لمقياس بصمة القوى والدرجة الكلية لمقياس طيب الحياة النفسية مما يدل على وجود مستوى جيد من القوى الشخصية لدى عينة الدراسة والتي ساعدتهم للوصول إلى تحقيق مستوى جيد من طيب الحياة النفسية وهوما اتفق مع دراسة (Noronha, A., & Denise, M., 2016) حيث وفرت نتيجة دراستها مزيداً من الدعم لفكرة أن بصمة القوى الشخصية تسهم في تحقيق طيب الحياة النفسية. ومن هنا يتضح أن جوانب القوى الشخصية ترتبط بشكل إيجابي بتحقيق الأفراد لمستويات مرتفعة من طيب الحياة النفسية. كما نجد أن بعض نتائج هذه الدراسة قد اختلفت مع نتائج باقي الدراسات نظراً لاختلاف عينة ومجتمع الدراسة.

التوصيات

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث توصي الباحثة بما يلي

- تبصير التلاميذ وتعريفهم بمعنى القوى والفضائل وأهميتهم في حياة الإنسان.
- توجيه الاهتمام لتنمية الوعي لدى تلاميذ المدارس بالقوى والفضائل وكيفية استخدامها.
- عقد برامج تدريبية للمعلمين والأخصائيين النفسيين عن بصمة القوى وبعض المتغيرات الايجابية المرتبطة بها والتي من شأنها أن تعمل على إعادة اكتشافهم للتلاميذ والتعامل معهم على أسس علمية وتجريبية بهدف تنميتهم وجدانياً ومعرفياً وسلوكياً وأكاديمياً للوصول بهم إلى درجة مقبولة من طيب الحياة النفسية.

بحوث المقترحة

- الإسهام النسبي لبصمة القوى في التنبؤ بطيب الحياة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية.
- بصمة القوى لدى شرائح عمرية مختلفة (دراسة مقارنة).
- برنامج تدريبي لتحسين بصمة القوى وأثره على طيب الحياة النفسية لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية.

المراجع:

- ابراهيم، أماني مصطفى. (2019). أثر تنمية الاحساس بالتكامل على طيب الحياة متعدد الأوجه (الذاتية- النفسية) لدى الاخصائيين النفسيين (رسالة دكتوراه) كلية البنات. [جامعة عين شمس].
- الأعسر، صفاء. (2020). قراءات في دليل علم النفس الإيجابي في المدرسة / مقالة مترجمة غير منشورة.
- الأعسر، صفاء. (2018). النظام التعليمي من منظور علم النفس الإيجابي، ورقة عمل مقدمة للمؤتمر الدولي الأول لكلية رياض الأطفال- جامعة أسيوط، "بناء طفل لمجتمع أفضل في ظل المتغيرات المعاصرة" 6-7/2/2018.
- الجمال، سمية أحمد. (2011). السعادة النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي والاتجاه نحو الدراسة الجامعية لدى طلاب جامعة تبوك. [جامعة تبوك]. السعودية .
- أمطانيوس، ميخائيل. (2006). القياس النفسي، الجزء الأول. منشورات [جامعة دمشق].
- باتشن، حمزه ، برزوان، حسيبة. (2020). مكامن القوة في الشخصية والفضائل الانسانية لدى الأطفال والمراهقين في المدارس، دراسة في ظل علم النفس الإيجابي.
- تلمساني، فاطمة. (2015). الارتياح النفسي الشخصي لدي الطلبة الجامعيين في ضوء المستوى الاقتصادي الاجتماعي وتقدير الذات. (رسالة دكتوراه)، كلية العلوم الاجتماعية [جامعة وهران].
- جودت، نادية. (2010). جودة الحياة وعلاقتها بتقبل الذات لدى طلبة الجامعة، (رسالة دكتوراه)، كلية التربية للبنات [جامعة بغداد].
- رايف. (1995). مقياس طيب الحياة النفسية، ترجمة (الأعسر، صفاء، 2016).
- سليجمان، مارتن. (2005). السعادة الحقيقية، ترجمة (صفاء الأعسر، علاء الدين كفاي، عزيزة السيد، فيصل يونس، فادية علوان، سهير غباشي)، القاهرة، دار العين (الكتاب الأصلي منشور سنة 2002).
- سند، سميرة محمد ابراهيم. (2013)، مقياس الرفاهية النفسية للطلاب الجامعي، مجلة الارشاد النفسي، العدد (36)، 673: 694.
- شين، لوبيز، وسنايدر، س. (2018). دليل علم النفس الايجابي، الجزء الأول والثاني. ترجمة (صفاء الأعسر)، القاهرة، المركز القومي للترجمة (الكتاب الأصلي منشور 2003).
- طه، منال عبد النعيم محمد. (2014). الانتماء وعلاقته بالرفاهية النفسية لدي المغتربين وأبنائهم، دراسة تنبؤية، مجلة التربية للبحوث التربوية والنفسية والاجتماعية، المجلد 3 (العدد 159)، 11: 73.
- ليزا ج. أسبينول ، أورسولا م . ستودينجر. (2006). سيكولوجية القوي الانسانية، ترجمة (صفاء يوسف الأعسر، نادية محمود شريف، عزيزة محمد السيد، علاء الدين أحمد كفاي)، القاهرة : المجلس الأعلى للثقافة

References:

- Arash Emamzadeh .(2018). Nurturing Charcter Strengths Can Make Happy, Interventions that foster charcter strengths appear to boost positive affect. Posted May 25, 2018. Psychological. Com.
- Carolina M. Azanedo, Teresa Artola , Santiago Sastre and Jesus Alvarado,. (2021). Character Strengths Predict Subjective Well-Being, Psychological Well-Being, and Psychopathological Symptoms, Over and Above Functional Social Support. Front. Psychol.
- Fabian Gander, Lisa Wagner, Lukas Amann & Willibald Ruch.,(2021). What are character strengths good for? Adaily diary study on character strengths enactment.<https://doi.org/10.1080/17439760.2021.1926532>.
- Gillham, J., Adams-Deutsch,Z., Werner, J., Reivich, K., Coulter-Heindl,V., Linkins,M., Winder., Peterson., Park, N., Abenavoil,R., Contero,A., & Seligman,M. E. P .(2011).Character strengths predict subjective well-being
- Gustems, J., &Calderon, C. (2014). Character strengths and psychological wellbeing among student of teacher education. International Journal Of Educational Psychology,3(3),265-286. doi: 10.4471/ijep.2014.14.
- Miller, J., (2018) "How to be Courageous: complete Guide to Developing Courage "www.Lifehack.org, Retrieved 14-2 .
- Lisa, W., Fabian, G., Rene, P& Ruch, T, (2019) , The structure of character: on the relationships between character strengths and vitrtus. The Journal ofPositivePsychology.<https://doi.org/10.1080/17439760.2019.1689418>.
- Lottman, T., Zawaly, S. , & Niemiec, R. M. (2017).Well-doing: Bringing mindfulness and Character Strengths to the early childhood classroom and home. In C proctor (Ed.) , Positive Psychology intervention in practice (pp. 83-105) Cham, Switzerland: Sp. Ringer On the relationships , between character strengths and virtues, Switzerland.
- Leenty,S., & Triliva, S. (2012).Explorations of subjective well-being and character-strengths among a Greek University student sample. International Journal of Wellbeing,2(3),251-270.

- Maria,A., . (2017). Character Strengths and Psychometrical Well-Being in Warkers of a Food Company.URL :<http://dx.doi.org/10>.
- Malaviya, R.& Punia, N., (2015). and psychological well-being of first year college student. Indian Journal of Educational studies: An interdisciplinary journal, 2(1), 2349-6908.
- Miller, S. (2018). An analysis of the relationship of character strengths and quality of life in persons with multiple sclerosis.
- Noronha ,A., & Denise, M., (2016) , Associations between character strengths and life satisfaction; A Study with college, Universidad, San Francisco.
- Park, N.,& Peterson(2006).Moral competence and Character strengths among adolescents: the development and validation of the Values in Action Inventory of Strengths for Youth. Journal of Adolescence,29,891-905.
- Park & Peterson ,(2009). strengths of Character in schools- Handbook of positive psychology in books . com – schools ,2009.classification.
- Proctor, C., Tsukayama , E.,Wood, A.,M., Maltby, J., Fox Eades, J., & Linley ,P.A. (2011). Strengths gym: The impact of character strengths-based intervention on the life satisfaction and well-being of adolescent. Journal of Positive Psychology, 6(5) , 377-388.
- Ryff ,C. & Keyes C.,(1995). The structure of psychological well-being revisited. Journal of the personality and social psychology.
- Ryff ,C.H (1989). Happiness is everything , or is it Exploration on the means of psychological well-being .journal of personality and social psychology.
- Samman,E.(2007). Psychological and Subjective Well-being : Aprospal for Internationally Comparable Indicators, OPHI Working Paper 5, University of Oxford.
- Seligman,M, Park, & Peterson, C (2004),Character Strengths and virtues : A handbook and classification . New York :Oxford.
- Shoshani, A.,& Slone, M.(2012) . Middle school transition from the strengths perspective : Young adolescents. Character strengths, subjective well-being ,and school adjustment . Journal of Happiness Studies .
- Thomas, Sarah.(2014). Well-Being and Well-Doing Bringing mindfulness and character strengths to the early childhood classroom and home

Weber, M., & Ruch, W.(2012). The role of a good character in 12-year-old school children:Do character strengths matter in the classroom? Child Indicators Research ,5(2) ,317 -334 . DOI: <http://dx.doi.org/10.1007/s10560-0460-6>.

Ruch, W., Weber, M., Park,& Peterson, C.,. (2014) positive feelings at school; on the relationships between student, character strengths, school-related affect, and school functioning. Journal of Happiness studies, Advance on line publication. doi: 10.1007/s10902-014-9597-1.

The Relation between Power Imprint and Psychological Well-being among Preparatory Stage Students

Assmaa Mostafa Hassan Abdullah

Master Degree Educational Psychology- Department Of Psychology
Faculty of Women for Arts, Science & Edu, Ain Shams University - Egypt
missasmaa281@gmail.com

Prof. Dr. Safaa Yousef Al Aser

Professor of Psychology –
Department Of Psychology

Faculty of Women for Arts, Science & Edu
Ain Shams University - Egypt

Prof. Dr. Nashwa Abd El Moneim

Assiatant Professor of Educational
Psychology, Department

Faculty of Women for Arts, Science & Edu
Ain Shams University - Egypt

Nashwa.abdelmonem@women.asu.edu.eg

Prof. Dr. Rabab Abd El Moneim Saif

Professor of Psychology - Department Of Psychology

Faculty of Women for Arts, Science & Edu, Ain Shams University - Egypt

Rabab.saif@women.asu.edu.eg

Abstract

The Relation between Power Imprint and Psychological Well-being among Preparatory Stage Students

This paper aims at studying the relation between power imprint and psychological well-being among preparatory stage students; we all have a special power imprint, but we do not make good use of it for we do not really know our strength points. If students are aware of these and are being directed to use them efficiently, psychological well-being will be reached. The researcher has used the descriptive correlative approach, and the sample of the study consists of 150 preparatory stage students with an age average (12.68) and a standard deviation of (0.53). The researcher has used the following tools: the power imprint scale prepared by Safaa al-A'sar (2019) and the psychological well-being scale translated by Safaa al-A'sar (2004) and modified by the researcher. The findings of the study are as follows: first, the psychological profile of the sample varies if measured by both research scales. Second, there is a significant correlation at the level (0.1) between all the powers of (wisdom, knowledge, courage, love, humanity, justice, moderation, and sublimity) on one hand and all the dimensions of psychological well-being (self-acceptance, goal of life, personal development, environmental control, positive relation with others, and independence) on the other.

Keywords: Power Imprint- Psychological Well-being- Preparatory Stage